Phase / Zeit	Didaktisch – methodisch Absicht / Inhalt	Organisation / Medium	Ziel
1.) ca. 10 min	Die Teilnehmer setzen sich auf ihren Platz mit Blick auf die Leinwand. Sie betrachten ein Kaffeebild und lauschen der Musik.	Wassersäule – Kaffeebild Am Boden ist bereits ein dekorierter Platz mit verschiedenen Kaffeesachen. Lieder: - Der Kaffee ist fertig - Einfach nur Kaffee	Konzentration auf die neue Situation
2.) ca. 10 min	Der Leiter gibt Informationen über den Kaffee – Ursprung vom Kaffee – Herkunft – Erntegang – Kaffeegetränk Dies und Das	Bilder über Kaffee langsam hintereinander zeigen Musik: Instrumental Jazz und Bosa Nova	Wissen über Kaffee erwerben
3.) ca. 25 min	Teilnehmer setzten sich um den dekorierten Platz. Auf alter Weise wird Kaffee gekocht - Bohnen aus verschiedenen Ländern gezeigt – Kaffeekuchen und Kaffeelikör verspeist	Kaffeebild an der Wand Musik: Instrumental Jazz und Bosa Nova	Alle Sinne stimulieren Erinnerungen und Gedanken austauschen
4.) ca. 10 min	Geschichte erzählen „Auf der Kaffeeplantage“	Musik von Martin Buntrock	Förderung von Konzentration und Fantasie Zur Ruhe kommen
5.) ca. 5 min	Reflektion der Stunde nochmals Durchsprechen – was man gesehen hat - was wurde gegessen - verbale Zusammenhänge Souvenir mitgeben	Musik von Martin Buntrock	Zurückerinnern was die Stunde mit sich brachte Wohlbefinden fördern

Informationen über Kaffee

Kaffee gehört zu den wenigen Getränken, die eine weltweite Bedeutung haben. Kaffee gibt es in jedem Land, in sämtlichen Kulturkreisen und in unterschiedlichsten Geschmacksrichtungen und Zubereitungsformen.

Ursprünglich kam der Kaffeeanbau aus Jemen, aus dem Ort Kaffa im 9 Jahrhundert. Die Hirten beklagten sich, die Tiere waren ungewöhnlich lebhaft und fanden bis spät in die Nacht keine Ruhe und zeigten keine Anzeichen von Müdigkeit. Der Mönch ging diesem Rätsel nach und fand auf der Weide eine dunkelgrüne Pflanze mit Kirsch ähnlichen Früchten in grün, gelb und rot. Mit wissenschaftlicher Neugier bereitete de Mönch einen Sud aus dieser sonderbaren Pflanze und stellte fest, dass seine Müdigkeit schwand. Die Region Kaffa gab diesem Getränk später ihren Namen.

Das Hochland Äthiopiens ist vermutlich tatsächlich die Urheimat dieser Pflanze. Vom Ziegenfutter bis zum Weltprodukt.

Der weltgrösste Kaffeeproduzent ist Brasilien mit 35%, danach folgen Vietnam, Kolumbien, Indonesien und Indien. Weitere 65 Kaffeeländer sind für ca. 30% verantwortlich.
Es gibt 103 verschiedene Kaffeearten und -sorten. Die hauptsächlichsten Sorten sind Arabica und Robusta. Sie gelten als die Edleren. Hochlandkaffee wird zwischen 600 und mehr als 1800 m ü. M. angebaut.
Nicht immer gilt „je höher, desto besser". Die Qualität beeinflusst die Auswahl der Bohnen, Mischung und Röstung unterschiedlicher Temperaturen.
Vom Anbau bis hin zur Ernte vergehen 3 bis 4 Jahr und ist sehr arbeitsintensiv. Die Pflanzen werden 10 bis 15 Meter hoch. Sie werden aber kontinuierlich auf ca. 3 m gestutzt, um die Ernte zu erleichtern. Die Erntezeit ist meist zwischen Oktober und Januar.
Ein Baum kann ca. 1 kg Rohkaffee pro Jahr produzieren.
Kaffee wird in der Regel von Hand geerntet. Ein Kaffeepflücker erntet pro Tag zwischen 50 und 100 Kilo.
In Brasilien werden Erntemaschinen eingesetzt, da werden die Bäume geschüttelt. Eine

rohe Kaffeebohne macht nur ein Drittel der Kaffeekirsche aus. Der grösste Teil besteht aus Fruchtfleisch (wird als Dünger verwendet), Kirschhaut, Silberhäutchen und Schleim.

Kaffeegetränke

Cappuccino, Eiskaffee, Kaffee creme, Espresso, Latte macchiato, Instantkaffee

Café au lait: Espresso mit heisser Milch aufgiessen

Café Macho: 1 drittel Espresso, 2 drittel Milch und Schokolade

Carajillo: spanischer Kaffee mit einem Schuss Rum, Grappa oder Whisky

Cortado: spanischer Kaffeemix aus Espresso und süsser Milch

Kaffee rösten, 220 – 250 °C, 12 bis 15 Minuten in einer Trommel.

Dies und Das über Kaffee

- Kaffeesatz ist gut für den Kompost. Regenwürmer lieben ihn
- Mokka, so wird in Österreich der Kaffee genannt
- Eine Tasse Kaffee belebt durch den Koffein und setzt Glückshormone frei
- Kaffee soll das Alzheimerrisiko senken
- Kaffee steigt die Denkleistung
- Kaffee kann Schmerzen lindern, dies ergab eine Forschung
- Kaffee senkt das Diabetesrisiko Typ 2 um 50%
- Kaffee hilft gegen Mundgeruch
- Kaffeeduft senkt den Stresspegel
- Kaffeebohnenduft neutralisiert Gerüche
- Kaffee beim Haare waschen belebt die Kopfhaut
- Gebrauchte Kaffeepads auf die Augen legen, wirkt gegen Tränensäcke und -schwellung

Eine Geschichte

Suche Dir einen schönen Platz und mache es dir gemütlich.
Schliesse, wenn du magst, die Augen und lausche der Musik.
Dir geht es gut und du fühlst dich wohl.
Komm mit mir auf die Kaffeeplantage — umgeben von Büschen und Bäumen — der Boden trocken und rötlich — die Luft lau — du nimmst einen süsslichen Duft war, von den Kaffeekirschen kommend — manche rot — andere weiss — am trockenen Boden tänzelt der Schatten der Pflanzen im Wind — sie wiegen hin und her — die Sonne am Himmel — erwärmt mit Strahlen dein Gesicht — und du bist entspannt — gehe weiter durch die Plantage — unter deinen Füssen verspürst du den holperigen Boden — da, an einem Baum steht ein Mann — er trägt ein Hut zum Schutz vor der Sonne — er pflückt die reifen Kaffeekirschen vom Baum — und lässt sie in den Korb fallen — du wirst nett begrüsst — durch seine charismatische Gestik erkennst du seine Freundlichkeit — er lässt Dich teilhaben an seiner Ernte — beide Hände gräbst

du in den Korb der Bohnen — wie fühlt sich das an? — eine Handvoll Kirschbohnen hebst du aus dem Korb — nah am Gesicht nimmst du diesen süsslichen Duft wieder war — der Kaffeepflücker zeigt mit getreckten Fingern in die Weite — dort erkennst du noch mehr Menschen — manche stehend — andere gebückt — von weit her erklingen Glocken — der Arbeiter nimmt den gefüllten Korb — verabschiedet sich — das Läuten der Glocken ist das Zeichen zur Heimkehr — auch du wirst gerufen — blick dich nochmal um — nimm die Gerüche war — komm langsam zurück — werde wieder wach — herzlich willkommen zurück.